

高梁市防災マップで学ぶ「防災」

③もしもの時に備えよう

もしもの時に備え「防災」が学べる動画3本を収録
最後は、もしもの時にそなえよう
高梁市出身のたけるがショーゴと東京ホテイソンとしてナビゲート



避難する際に持ち出すものは？もしものための備蓄品は？
避難場所は？地域の助け合いを紹介
事前に防災マップにある持出品リストで確認しよう！

- 避難しよう 非常用持出品
- 自宅にとどまるなら 備蓄品
- 知ってる！？ 避難場所
- 助け合い 自主防災組織



準備しよう 非常用持出品

災害が起こる前に自宅から避難する際持ち出すもの
すぐに持ち出せる場所(玄関など)に用意しておきましょう

非常持出品リスト (避難所でおおよそ3日間過ごす時に必要な持出品)

- 非常食
- ペットボトルの水(飲料水)
- 常備薬
- 現金
- 通帳
- 印鑑
- 健康保険証、運転免許証
- 家のカギ
- ヘルメットまたは防災ずきん
- 雨合羽
- 携帯ラジオまたは防災グッズ
- 懐中電灯
- 予備の電池
- 携帯電話
- 携帯電話の充電器
- 携帯電話用のモバイルバッテリー
- 毛布
- 下着
- タオル
- ロープ

ポイント①
持出品リストに
家族構成や状況に合わせて
必要なものを追加

非常持出品リスト(乳幼児)

乳幼児がいるご家庭は以下のような物が必要です

- 粉ミルク
- 伊乳びん
- 離乳食
- 抱っこひも
- パスタオルまたはベビー毛布
- スプーン
- おむつ
- 清浄綿
- ガーゼ

非常持出品リスト(高齢者)

以下のような物が必要です

- おむつ
- 薬
- お薬手帳
- 補聴器
- 入れ歯、入れ歯洗浄剤
- メガネ



いざというときは
自らの命を守るための
防災行動を自分から
東京ホテイソン

